



LANDKREIS
GÖPPINGEN

Empfehlungen für Kontaktpersonen Kategorie II

Sie sind **entferntere Kontaktperson** eines Coronavirus-Infizierten (Kategorie II).

Eine behördliche Anordnung von Quarantäne erfolgt **nicht**.

Trotzdem sollten Sie alle vermeidbaren Kontakte **unterlassen**. Insbesondere gilt dies z.B. für:

- Teilnahme an Festen und Familienfeiern
- Besuche von Gaststätten oder Veranstaltungen
- Besuch von Sportvereinen/Gruppen
- Kontakte mit älteren oder immungeschwächten Personen

In diesem Faltblatt finden Sie Hinweise, welche Maßnahmen Sie ergreifen und wie Sie sich verhalten sollten.

Bitte beachten Sie diese Verhaltensregeln!

Suchen Sie keinen Arzt oder das Krankenhaus auf ohne vorherige telefonische Rücksprache!!!

Weitere Informationen

Weitere Informationen zu der Coronavirus-Erkrankung (COVID-19) finden Sie auf den Internetseiten des Robert-Koch-Instituts unter **www.rki.de**
https://www.rki.de/Shared-Docs/FAQ/NCOV2019/FAQ_Liste.html

Oder auf den Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BzgA unter **www.infektionsschutz.de**
<https://www.infektionsschutz.de/coronavirus-2019-ncov.html>

Sollten Sie einen Arzt benötigen, wenden Sie sich unter Angabe („Kontaktperson Kategorie II“) telefonisch an Ihren Hausarzt, außerhalb der Sprechzeiten an die kassenärztliche Notfallnummer 116117 oder die nächstgelegene Klinik.

Kontaktnummer für Gesundheitsüberwachung
Telefon 07161 / 202-5380
oder per mail an: gesundheitsamt@lkgp.de



Verhaltensempfehlungen Für Kontaktpersonen Kategorie II (COVID-19)

Stand: September 2020

Bild: Margot Kessler_pixelio

Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt

Wilhelm-Busch-Weg 1
73033 Göppingen

Telefon 07161 202-5370

Telefax 07161 202-5390

E-Mail gesundheitsamt@lkgp.de

www.landkreis-goeppingen.de

Landratsamt Göppingen

Gesundheitsamt

Empfehlungen

Beachten Sie folgende Empfehlungen:

- Halten Sie möglichst 2 m Abstand zu anderen Familienmitgliedern, schlafen Sie in unterschiedlichen Räumen.
- Regelmäßiges Waschen der Hände mit Seife oder Benutzung eines Händedesinfektionsmittels („begrenzt viruzid“ oder „viruzid“) wird empfohlen.
- Häufiges gründliches Reinigen der berührten Flächen und Gegenstände, (z.B. Türklinken, Telefon, Tisch, Küchenarbeitsplatte, WC etc.) mit einem geeigneten Desinfektionsmittel oder tensidhaltigem Reinigungsmittel ist sinnvoll.
- Vermeidung/Unterlassung aller vermeidbaren Kontakten zu den Mitbewohnern und anderen Personen, insbesondere keine engen Kontakte (Küssen, Umarmen, Händeschütteln, etc.)
- Bei unvermeidlichen Kontakten zu anderen Personen 2 m Abstand halten und Mund-Nasen-Schutz verwenden.
- **Informieren Sie Ihren Arbeitgeber telefonisch darüber, dass Sie Kontaktperson Kat.II sind. Sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber, ob eine Freistellung oder Arbeit im Homeoffice erfolgen kann. Benützen Sie möglichst keine öffentlichen Verkehrsmittel.**
- **Kinder, die Kontaktperson Kat. II sind, dürfen Schule und Kindertageseinrichtung besuchen, wenn von der Einrichtung nichts anderes angeordnet wurde. Andere Kontakte in der Freizeit sollen jedoch soweit als möglich unterbleiben!**

Hygieneregeln

Halten Sie unbedingt die folgenden Hygieneregeln ein:

Händehygiene

Waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife, vor allem nach dem Toilettengang, nach Husten oder Niesen und vor dem Essen. Benützen Sie ein „begrenzt viruzides“ oder „viruzides“ Händedesinfektionsmittel.

Husten und Niesen

Husten oder niesen Sie niemals „in die Luft“ oder in die Handfläche. Benützen Sie die Ellenbeuge oder ein Papiertaschentuch. Entsorgen Sie Papiertaschentücher nach jeder Benutzung. Waschen oder desinfizieren Sie anschließend die Hände.

Flächenreinigung

Reinigen Sie Oberflächen und Türklinken mit einem Flächendesinfektionsmittel oder einem tensidhaltigen Reinigungsmittel.

Abstand halten!

Halten Sie 2 m Abstand zu anderen Personen, dies ist der beste Schutz vor Ansteckung!

Schütteln Sie keine Hände, umarmen und küssen Sie sich nicht! Tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.

Sonstige Hinweise:

Wechseln Sie häufig Handtücher und Lappen. Waschen Sie die Wäsche mit mindestens 60 °C, besser 90 °C. Lüften Sie regelmäßig alle Räume.

Reinigen Sie benutztes Geschirr bei mindestens 60°C in der Spülmaschine.

Gesundheitsüberwachung

Gesundheitsüberwachung – was heißt das?

Prüfen Sie dazu 14 Tage lang nach dem letzten Kontakt jeden Tag Ihren Gesundheitszustand (inkl. 2x täglich Fieber messen)!

Melden Sie sich beim Gesundheitsamt, wenn eins der folgenden Krankheitszeichen auftritt:

- Husten
- Schnupfen, Geruchs- und Geschmacksverlust
- Halsschmerzen
- Atembeschwerden
- Heiserkeit
- Kopfschmerzen
- Bauchschmerzen, Durchfall, Erbrechen
- Glieder- oder Muskelschmerzen
- Abgeschlagenheit/Krankheitsgefühl
- Fieber/erhöhte Temperatur
- Schwitzen, Schüttelfrost

Meldung von Krankheitssymptomen:

Sie erreichen das **Gesundheitsamt** unter der Telefonnummer 07161 / 202-5380.

Für die **ärztliche Behandlung und Testung** auf COVID-19 ist der Hausarzt bzw. ärztliche Notdienst (Tel. 116117) zuständig.

Bei schwerwiegenden Symptomen melden Sie sich bitte unter Hinweis „Kontaktperson“ bei der Rettungsleitstelle Tel. 19222.